24.035 Šalát srbský
100 porcií

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
uhorky šalátové	2,20	1,76	3,50	2,80	3,50	2,80	6,00	4,80
rajčiaky	1,00	0,90	1,80	1,62	1,80	1,62	3,00	2,70
kapusta hlávková	1,50	1,20	2,00	1,60	2,00	1,60	2,50	2,00
olej olivový	0,10	0,10	0,15	0,15	0,15	0,15	0,20	0,20
paprika	1,00	0,75	1,80	1,35	1,80	1,35	3,00	2,25
cibuľa	0,30	0,26	0,70	0,60	0,70	0,60	1,00	0,85
cukor kryštálový	0,20	0,20	0,35	0,35	0,35	0,35	0,50	0,50
ocot	0,10	0,10	0,15	0,15	0,15	0,15	0,25	0,25
soľ	0,06	0,06	0,10	0,10	0,10	0,10	0,12	0,12
voda	1,00	1,00	1,30	1,30	1,30	1,30	1,50	1,50
hmotnosť porcie v g	60		90		90		135	

Receptúra

Výrobný postup
Šalátové uhorky umyjeme, očistíme a nastrúhame. Rajčiaky umyjeme, očistíme, pokrájame na kolieska, pridáme očistenú nakrájanú hlávkovú kapustu, umytú očistenú na rezance pokrájanú zelenú papriku a očistenú na jemno pokrájanú cibuľu. Všetko spolu zamiešame, zalejeme nálevom z octu, soli, kryštálového cukru a vody. Zjemníme olivovým olejom.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	127	30	0,53	1,1	0,6	4,1	0,8	14,8	0,4	0,04	0,0	0,0	20,3	0,0
B	207	50	0,86	1,7	0,9	6,9	1,4	23,2	0,6	0,07	0,0	0,0	34,2	0,0
C	207	50	0,86	1,7	0,9	6,9	1,4	23,2	0,6	0,07	0,0	0,0	34,2	0,0
D	302	72	1,33	2,3	1,2	10,2	2,1	33,8	0,9	0,11	0,1	0,1	54,3	0,0